



RITA DIAS
EHC Terapeuta

O ESPÍRITO COMANDA O CRESCIMENTO

O papel dos pais é providenciar as condições materiais, mentais e emocionais para que o seu filho se torne num adulto saudável, conhecedor e emocionalmente equilibrado sem no entanto tentar reprimir a sua verdadeira natureza, a sua essência. O espírito de cada um de nós já sabe o seu propósito de vida, que lições vem para aprender, que tarefas traz para realizar e/ou ensinar aos outros. Ele já sabe o seu percurso de crescimento

espiritual. No entanto nem sempre conseguimos ouvir ou manifestar aquilo que o nosso espírito nos transmite. Enquanto pais é fundamental que eduquemos as nossas crianças de forma a que aceitem e escutem sempre o seu interior, que não tenham medo de se expor ou exprimir, pois só assim conseguirão manifestar todo o seu potencial. Se este princípio for aplicado, a criança tornar-se-à num adulto que intuitivamente adotará



uma mentalidade de crescimento e de aprendizagem, pois é esse o desejo do seu espírito e da consciência universal. Uma consciência que assenta no amor incondicional, que nos leva a querer ser melhores e a estar em constante evolução por nós e pelos outros, pois somos todos parte do TODO.

Assim, para que a vontade do espírito se manifeste, é necessário que estejam criadas as condições materiais e energéticas para esse efeito. Cada um de nós possui quatro corpos no plano terrestre, todos interligados entre si: o físico, o emocional, o mental e o espiritual. Caso existam bloqueios em algum destes corpos, a vontade do espírito encontra-se condicionada e por sua vez o nosso caminho de crescimento também se encontra comprometido.

Começando pelo corpo físico, é fácil de perceber que para haver uma intenção manifestada através deste corpo é necessário que este tenha as capacidades físicas necessárias a essa mesma manifestação, nomeadamente capacidades neurológicas, locomoção, linguísticas, etc., sendo da responsabilidade dos pais providenciar os estímulos necessários ao seu desenvolvimento, assim como cuidar da sua segurança e bem estar para que se possa desenvolver de forma saudável. Rudolph Steiner, fundador da pedagogia Waldorf, defendia que os brinquedos deveriam ser o mais simples possíveis, sem expressões faciais, sem detalhes das pernas ou mãos, para que a criança pudesse dar largas à sua imaginação e desta forma estimular o seu desenvolvimento neurológico.

Foquemo-nos agora nos corpos emocional e mental.

Apenas entre os cinco e os oito anos de idade é que a mente analítica da criança começa a formar-se, sendo que no período anterior a estas idades, o desenvolvimento do corpo emocional assume um papel de relevo. Nesta idade, a criança não possui ainda uma capacidade analítica de discernir entre o certo e o errado, e portanto aceita facilmente tudo aquilo que lhe dizem. Se nesta fase ignorarmos por completo a opinião da criança, se não dedicamos tempo para ver os seus trabalhos/desenhos, a criança vai achar que aquilo que diz ou faz não é importante, vai sentir-se rejeitada e mais tarde desenvolver sentimentos de baixa auto estima. Se os pais adotarem um comportamento contrário, convidando a criança a expressar-se, pedindo-lhe opinião nas atividades domésticas do dia a dia, dedicando tempo analisando e discutindo os seus desenhos, a criança irá sentir-se motivada e valorizada, investindo no seu crescimento.

Relativamente ao plano mental, gostaria de mencionar o trabalho que Carol Dweck tem vindo a desenvolver na área de de-

envolvimento pessoal e motivacional e que tem vindo a revolucionar o mundo da educação nos últimos tempos. Segundo Carol, o nosso desenvolvimento pessoal depende da forma como a nossa mente encara o conceito de inteligência, ou seja, a forma como fomos educados a lidar com o conceito de inteligência.

Existem dois tipos de mentalidade, aqueles que possuem uma mentalidade fixa e aqueles que possuem uma mentalidade de crescimento progressivo.

Crianças que são educadas na base de uma mentalidade fixa acreditam que nasceram com um determinado nível de inteligência e que não irá mudar independentemente dos seus esforços. Estas crianças começam a ganhar medo de novas experiências e desafios pois encaram-no como um teste ao seu nível de inteligência. Veem os seus erros e esforços de forma negativa pois sentem que não são inteligentes o suficiente para alcançar algo.

Por outro lado, as crianças que são educadas na base de uma mentalidade de crescimento acreditam que a sua inteligência melhora através da aprendizagem e que o sucesso é o resultado do seu esforço e trabalho intenso.

Vários estudos realizados neste campo demonstraram que sempre que se elogiava a capacidade inerente da criança promovia-se a mentalidade fixa, por outro lado, sempre que se elogiavam os seus esforços e estratégias, promovia-se a mentalidade de crescimento, isto é, a crença de que a inteligência é maleável.

Elogie os seus filhos de forma a promover uma mentalidade de crescimento, como por exemplo: “Parabéns, trabalhaste imenso para conseguir isso!”, ou “Se te esforçares tenho a certeza que vais conseguir resolver esse problema!”. Evite elogios que promovam uma mentalidade fixa do tipo: “Tu és mesmo inteligente! Eu sabia que ias conseguir!”, ou, “Herdaste a inteligência dos teus pais, claro que vais conseguir resolver qualquer desafio!”.

A mentalidade fixa promove o medo e a baixa auto estima. Sentimentos de vibração inferior, contrários ao amor incondicional, que irão bloquear a vontade do espírito.

Espero sinceramente que estes conselhos lhe tenham sido úteis e que sirvam para iluminar um pouco mais o seu caminho na paternidade. ■

Elogie os seus filhos de forma a promover uma mentalidade de crescimento.